

Mountainbike-Trailkurs für Einsteiger

**Kurs Nr.
23-10g**

Termine: 30.10.2023 bzw. bei Regen nach Vereinbarung

Kursgebühr: 35 €, für Mitglieder 25 €

Dauer: ca. 5 Stunden: Vormittag 10:00-12:30 Uhr und Nachmittag 13:30-16:00 Uhr
Mittags kehren wir in einen Biergarten ein.

Kursort/Treffpunkt: Schöngeising

Kursleitung: Norbert Obermair (Trainer C-Schein für Triathlon)

Teilnehmerkreis: 16 - 99 Jahre, 3 bis 5 Teilnehmer

Kursbeschreibung: Sicheres Beherrschen des Mountainbikes, besonders auch in Gefahrensituationen

Kursinhalt: in Theorie und Praxis

Sicherheitscheck am MTB. In kleinen Gruppen wird das richtige Kurvenfahren, das richtige Bremsen, das richtige Bergauf- und Bergabfahren vermittelt.

Außerdem lernen wir die Grundhaltung auf dem MTB, um sicher kleine und größere Hindernisse überwinden zu können. Treppenfahren (leicht). Aufgrund der kleinen Gruppe kann individuell auf die Kursteilnehmer eingegangen werden.

Mitzubringen ist: eigenes Mountainbike, funktionstüchtiger Helm (Pflicht), Fahrradhandschuhe, Fahrradbrille und MTB-Schuhe (mit oder ohne Klicks).

Fragen und Anmeldungen an: kurse@tsgmaisach.de (08141-2285188)